

Das tägliche **GEWINNSPIEL**

Mundum gesund – Die richtige Ernährung für Zähne und Immunsystem

Wir verlosen fünf Bücher

„Perfekte Zähne zu haben, ist das Idealbild“, so Dr. Steven Lin, weltweit erster Zahn-Ernährungswissenschaftler. „Aber nahezu jeder Erwachsene und auch viele Kinder kämpfen heute mit Zahnproblemen.“ Forscher haben herausgefunden: Das kann verheerende Auswirkungen auf den gesamten Körper haben und dass sich Krankheiten der Mundhöhle oft auf den ganzen Organismus auswirken können. Wichtig: eine gute Zahnpflege und vor allem die richtige Ernährung. Dr. Steven Lin, langjähriger Zahnarzt in Sydney mit Ausbildung in Biomedizin, Ernährung und Fitness, beschäftigt sich seit Jahren mit den ernährungstechnischen Grundlagen der Zahngesundheit und stellt eine einfache, aber effektive Methode in Form von einem 40-Tage-Ernährungsplan mit täglichen Rezepten vor, um den Mund und den gesamten Körper gesund zu halten. Dabei räumt er mit Ernährungsmythen und falschen Diätplänen auf und verrät, was Zähne, Körper und Immunsystem wirklich brauchen, um gesund zu bleiben. Denn Gesundheit beginnt im Mund!



Dr. Steven Lin „Mundum gesund“ + 40 Tage Ernährungsplan, Scorpio-Verlag, 382 S., ca. 19,50 €. Im Handel oder über www.sorpio-verlag erhältlich.



Schicken Sie, so oft Sie möchten, bis zum **6.3.2018** eine SMS (1 € pro SMS + Gebühr) an die **Nr. 64646** mit: **ZAHN + Name + vollständige Adresse**. Editpress-Mitarbeiter dürfen nicht teilnehmen. Rechtsweg ausgeschlossen. Die Bücher werden den Gewinnern zugestellt.

Denny Dura